

ỨNG DỤNG TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG NHẪM NÂNG CAO KẾT QUẢ HỌC TẬP MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC LUẬT HÀ NỘI

Đặng Ngọc Long⁽¹⁾

Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: 24/11/2025

Ngày phản biện: 12/12/2025

Ngày đăng: 23/01/2026

Tác giả liên hệ:

Đặng Ngọc Long

Email: longdang1717@gmail.com

Tập 3, số 1 (2026), trang 80-85

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes14033>

Bản quyền © 2025. Bài báo này là công bố Truy cập Mở (Open Access) và được phân phối theo các điều khoản của Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Tóm tắt:

Thông qua các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, chúng tôi đã lựa chọn được 10 trò chơi vận động phù hợp để giảng dạy trong giờ học Giáo dục thể chất (GDTC). Kết quả thực nghiệm đã chứng minh, các trò chơi mà chúng tôi lựa chọn đã mang lại hiệu quả trong việc nâng cao kết quả học tập môn GDTC cho sinh viên Trường Đại học Luật Hà Nội.

Từ khóa: Trò chơi vận động, Kết quả học tập, Giáo dục thể chất, Trường Đại học Luật Hà Nội.

Application of physical activity games to improve learning outcomes in physical education for students at Hanoi Law University

Dang Ngoc Long⁽¹⁾

Article Information:

Received: 24/11/2025

Review date: 12/12/2025

Published: 23/01/2026

Corresponding Author:

Dang Ngoc Long

Email: longdang1717@gmail.com

Vol.3, Issue 1 (2026), pp 80-85

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes14033>

Copyright © 2025. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Summary:

Through conventional scientific research methods, we have selected 10 suitable physical activity games to teach during Physical Education (PE) classes. Experimental results have shown that the games we selected have been effective in improving PE learning outcomes for students at Hanoi Law University.

Keywords: Movement games, Academic results, Physical education, Hanoi Law University.

⁽¹⁾ThS Trường Đại học Luật Hà Nội

ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất có một vị trí quan trọng trong việc giáo dục và phát triển toàn diện các tố chất thể lực, trên cơ sở đó phát triển các năng lực thể chất, hoàn thiện thể hình, củng cố sức khỏe, hoàn thiện các kỹ năng và kỹ xảo quan trọng, cần thiết cho cuộc sống. Muốn đạt được mục tiêu trên, trong quá trình tổ chức lớp học người giảng viên cần phải sử dụng linh hoạt, đa dạng các phương pháp, trong đó phương pháp trò chơi là một trong các phương pháp được sử dụng rất thường xuyên trong các giờ giảng dạy ở tất cả các cấp học, bởi vì thông qua các trò chơi vận động lôi cuốn được sinh viên hăng hái tham gia tập luyện, đem lại sự hứng thú, vui chơi giải trí là rất cần thiết cho sinh viên nhằm nâng cao hiệu quả GDTC và học tập văn hóa. Tuy nhiên, với số lượng trò chơi vô cùng lớn, việc lựa chọn các trò chơi vận động phù hợp với điều kiện văn hóa địa phương, cơ sở vật chất của trường học cũng như đặc điểm của sinh viên để có thể hỗ trợ hiệu quả cho việc phát triển thể lực của sinh viên là vấn đề vô cùng quan trọng, nhưng trên thực tế lại chưa được các tác giả quan tâm, nghiên cứu. Từ thực tế trên chúng tôi đã tiến hành “nghiên cứu lựa chọn trò chơi vận động nhằm nâng cao hiệu quả học tập môn Giáo dục thể chất cho sinh viên Đại học Luật Hà Nội”.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu, bài báo đã sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn tọa đàm; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp quan kiểm tra sự phạm; Phương pháp thực nghiệm sự phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn trò chơi vận động nhằm nâng cao hiệu quả học tập môn Giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Luật Hà Nội

1.1. Xác định yêu cầu khi lựa chọn trò chơi vận động cho sinh viên trường Đại học Luật Hà Nội

Căn cứ vào cơ sở lý luận và thực tiễn trong công tác giảng dạy môn GDTC ở bậc Đại học

đề tài tổng hợp về các yêu cầu khi lựa chọn các trò chơi vận động cho sinh viên và tiến hành phỏng vấn 20 giảng viên, có kinh nghiệm và thâm niên công tác trong giảng dạy môn GDTC, kết quả xác định được 6 yêu cầu gồm:

Trò chơi phải phù hợp với đặc điểm tâm, sinh lý, lứa tuổi của sinh viên

Trò chơi phải phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường

Trò chơi cần có tính mục đích rõ ràng

Trò chơi phải đảm bảo yêu cầu cơ bản của một TCVĐ hoàn chỉnh

Trò chơi phải bổ trợ, hỗ trợ cho nội dung môn học GDTC

Trò chơi phải đảm bảo tính phát triển toàn diện các tố chất thể lực cho sinh viên.

1.2. Lựa chọn các trò chơi vận động cho sinh viên trường Đại học Luật Hà Nội

Đề tài tiến hành phân tích, tổng hợp, tham khảo các tài liệu và các công trình NCKH của các tác giả: Giáo trình trò chơi vận động của Đinh Văn Lắm, Đào Bá Tri (1999); 72 trò chơi vận động dân gian của Nguyễn Toán, Lê Anh Thơ (2006), Nguyễn Thị Nguyệt (2009), Nguyễn Thanh Tâm (2012), Phan Ngọc Linh (2014), Võ Quang Nhân (2015).

Căn cứ vào chương trình GDTC nội khoá của Trường Đại học Luật Hà Nội gồm 03 tín chỉ với 90 tiết học. Tín chỉ 1 bắt buộc học 30 tiết với nội dung Thể dục nhịp điệu; Tín chỉ 2 & 3 tự chọn học 30 tiết/ 1 tín chỉ. Sinh viên được chọn 1 trong 05 nội dung (Cầu lông; Bóng chuyền; Võ thuật tự vệ; Aerobic; Yoga).

Căn cứ theo kế hoạch thể thao ngoại khóa của Trường Đại học Luật Hà Nội

Căn cứ vào các yêu cầu khi lựa chọn trò chơi vận động, mục đích, nhiệm vụ của đề tài tổng hợp được 22 trò chơi vận động nhằm nâng cao hiệu quả học tập môn Giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Luật Hà Nội, gồm: Trò chơi rèn luyện định hướng phản xạ, khéo léo và tập trung chú ý (9 trò chơi), Trò chơi phát triển tố chất thể lực (13 trò chơi).

Đề tài tiến hành phỏng vấn 20 người (trong đó chuyên gia 8 chiếm 40%, nhà quản lý 4 chiếm 20%; 8 giảng viên GDTC chiếm 40%) với 03 mức đánh giá (1). Rất quan trọng; (2). Quan trọng; (3). Không quan trọng, để thu thập

ý kiến đánh giá về các trò chơi đề tài lựa chọn. Đề tài sẽ lựa chọn trò chơi được đánh giá ở mức quan trọng từ 80% trở nên, số phiếu phát ra là 20, số phiếu thu về là 20. Kết quả lựa chọn được 10 trò chơi, cụ thể như sau:

I. Trò chơi rèn luyện định hướng phản xạ, khéo léo và tập trung chú ý:

1. Chia nhóm
2. Bóng chuyền sáu.
3. Người thừa thứ 3.

II. Trò chơi phát triển tố chất thể lực:

4. Kéo co.
5. Mèo đuổi chuột.
6. Giăng lưới bắt cá.
7. Cua đá bóng.
8. Trao tín gậy.
9. Phá vây.
10. Lò cò tiếp sức.

2. Đánh giá hiệu quả ứng dụng trò chơi vận động nhằm nâng cao kết quả học tập môn GDTC cho sinh viên năm thứ nhất trường Đại học Luật Hà Nội

2.1. Tổ chức thực nghiệm

Phương pháp thực nghiệm: Thực nghiệm so sánh song song

Thời gian thực nghiệm: 03 tháng, năm học

2024-2025.

Đối tượng thực nghiệm: Tham gia thực nghiệm gồm có 531 sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Luật Hà Nội, trong đó có 351 SV nữ và 180 SV nam chia thành 02 nhóm:

+ Nhóm đối chứng: gồm 265 sinh viên (trong đó có 175 SV nữ và 90 SV nam): tập theo chương trình cũ của Bộ môn GDTC.

+ Nhóm thực nghiệm gồm 266 sinh viên (trong đó có 176 SV nữ và 90 SV nam): tập theo các TCVĐ đề tài đã lựa chọn. Nhóm thực nghiệm học GDTC cùng chương trình với nhóm đối chứng, riêng phần trò chơi vận động sử dụng vào 20 phút cuối trong tiết học, theo các trò chơi đã lựa chọn. Tiến trình thực nghiệm được trình bày tại bảng 1.

Để đánh giá hiệu quả các TCVĐ nâng cao hiệu quả học tập môn GDTC cho đối tượng nghiên cứu, đề tài đã tiến hành xây dựng tiến trình thực nghiệm trong 3 tháng. Thời gian thực nghiệm (2 tiết/1 tuần x 4 tuần /1 tháng = 8 tiết/1 tháng x 3 tháng =24 tiết). Như vậy, thời gian của mỗi nhóm là 24 tiết trong suốt quá trình thực nghiệm. Nội dung tiến trình được trình bày cụ thể bảng 1.

2.2. Đánh giá kết quả sau thực nghiệm

Bảng 1. Tiến trình thực nghiệm

TT	Tên trò chơi vận động	Tiết học																								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
I	<i>Trò chơi định hướng phản xạ khéo léo và tập trung chú ý</i>																									
1	Chia nhóm	x																								
2	Bóng chuyền sáu		x	+																						
3	Người thừa thứ 3																									
II	<i>Trò chơi phát triển tố chất thể lực</i>																									
4	Kéo co	x	+																							
5	Mèo đuổi chuột																									
6	Giăng lưới bắt cá																									
7	Cua đá bóng																									
8	Trao tín gậy																									
9	Phá vây																									
10	Lò cò tiếp sức																									

Để đánh giá hiệu quả các TCVD nhằm nâng cao kết quả học tập môn GDTC đối với sinh viên năm thứ nhất trường Đại học Luật Hà Nội. Ở thời điểm trước thực nghiệm, chúng tôi tiến hành kiểm tra và so sánh kết quả học tập môn GDTC của sinh viên nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thông qua kết quả học tập môn học GDTC. Chúng tôi tiến hành đánh giá kết quả

học tập môn GDTC trên 531 sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Luật Hà Nội, trong đó có 351 SV nữ và 180 SV nam chia thành 02 nhóm.

+ Nhóm TN: gồm 266 sinh viên (trong đó có 176 nữ và 90 nam):

+ Nhóm ĐC: gồm 265 sinh viên (trong đó có 175 nữ và 90 nam).

Kết quả thể hiện ở bảng 2.

Bảng 2. Kết quả học môn GDTC trước thực nghiệm của sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Luật Hà Nội (N_{tn-đc} =531)

Sinh viên Nữ (N _{tn} =176)							
Giỏi 8 - 10	Tỷ lệ %	Khá 7 - 7.9	Tỷ lệ %	Trung bình 5 - 6.9	Tỷ lệ %	Yếu > 5	Tỷ lệ %
22	12.5	34	19.31	90	51.13	30	17.04
Sinh viên Nữ (N _{đc} =175)							
23	13.29	36	20.57	89	50.85	27	15.42
Sinh viên Nam (N _{tn} =90)							
Giỏi 8 - 10	Tỷ lệ %	Khá 7 - 7.9	Tỷ lệ %	Trung bình 5 - 6.9	Tỷ lệ %	Yếu > 5	Tỷ lệ %
6	6.66	9	10.0	56	62.22	19	21.1
Sinh viên Nam (N _{đc} =90)							
6	6.66	9	10.00	59	65.55	16	17.77

Qua bảng 2 cho thấy:

- Kết quả học môn GDTC đối với SV nữ nhóm thực nghiệm: Số sinh viên xếp loại giỏi 22/176 chiếm 12.5%, loại khá là 34/176 chiếm tỷ lệ 19.31%; loại trung bình 90/176 chiếm tỷ lệ 51.13%, loại yếu là 30/176 chiếm tỷ lệ 17.04%.

Kết quả học môn GDTC đối với SV nữ nhóm đối chứng: Số sinh viên xếp loại giỏi 23/175 chiếm 13.29%, loại khá là 36/175 chiếm tỷ lệ 20.57%; loại trung bình 89/175 chiếm tỷ lệ 50.85%, loại yếu là 27/175 chiếm tỷ lệ 15.42%;

- Kết quả học môn GDTC đối với SV nam nhóm thực nghiệm: Số sinh viên xếp loại giỏi 6/90 chiếm 6.66%, xếp loại khá là 9/90 chiếm tỷ lệ 10.0%; xếp loại trung bình là 56/90 chiếm tỷ lệ 62.22%; xếp loại yếu là 19/90 chiếm tỷ lệ 21.1%.

Kết quả học môn GDTC đối với SV nam nhóm đối chứng: Số sinh viên xếp loại giỏi 6/90 chiếm 6.66%, xếp loại khá là 9/90 chiếm tỷ lệ

10.00%; xếp loại trung bình là 59/90 chiếm tỷ lệ 65.55%; xếp loại yếu là 16/90 chiếm tỷ lệ 17.77%.

Kết quả cho thấy: Ở thời điểm này, kết quả học tập môn GDTC của sinh viên nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng trước thực nghiệm không có sự khác biệt ($P > 0,05$). Kết quả cho thấy hiệu quả học tập môn GDTC và thể lực của nhóm thực nghiệm và đối chứng trước thực nghiệm là tương đồng.

Sau 03 tháng áp dụng các trò chơi vận động được lựa chọn cho đối tượng thực nghiệm, đề tài tiến hành kiểm tra để đánh giá kết quả học tập môn GDTC của sinh viên năm thứ nhất trường Đại học Luật Hà Nội so với thời điểm trước thực nghiệm. Kết quả cho thấy hiệu quả học tập môn GDTC của nhóm thực nghiệm đã phát triển tốt hơn nhóm đối chứng ở tất cả các test đánh giá thể lực cho sinh viên, sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê ($P < 0,05$).

Để xác định rõ hơn hiệu quả của các trò chơi vận động đã áp dụng trong quá trình giảng dạy cho sinh viên năm thứ nhất, đề tài tiến hành đánh giá mức độ tăng trưởng về kết quả học tập

môn GDTC thông qua kết quả kiểm tra trước thực nghiệm và sau thực nghiệm của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Kết quả học môn GDTC sau thực nghiệm của sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Luật Hà Nội (N_{tn-đc} =531)

Sinh viên Nữ (N_{tn}=176)											
Giỏi 8 - 10	Tỷ lệ %	W	Khá 7 - 7.9	Tỷ lệ %	W	Trung bình 5 - 6.9	Tỷ lệ %	W	Yếu > 5	Tỷ lệ %	W
52	29.5	80.0	69	39.2	66.6	47	26.70	-76.9	8	4.54	-116
Sinh viên Nữ (N_{đc}=175)											
66	19.13	37.8	96	27.82	32.7	153	44.34	11	30	8.69	-62.1
Sinh viên Nam (N_{tn} =90)											
Giỏi 8 - 10	Tỷ lệ %	W	Khá 7 - 7.9	Tỷ lệ %	W	Trung bình 5 - 6.9	Tỷ lệ %	W	Yếu > 5	Tỷ lệ %	W
21	23.3	111	33	36.66	114	30	33.33	-62.0	6	6.66	-100
Sinh viên Nam (N_{đc} =90)											
24	13.79	66.6	30	16.6	50.0	96	55.17	11.7	24	13.79	-50.0

Qua bảng 3 cho thấy:

Đối với sinh viên Nữ nhóm thực nghiệm: Kết quả học môn GDTC: Số sinh viên xếp loại giỏi 22/176 chiếm 12.5%, loại khá là 34/176 chiếm tỷ lệ 19.31%; loại trung bình 90/176 chiếm tỷ lệ 51.13%, loại yếu là 30/176 chiếm tỷ lệ 17.04%. Sau TN số sinh viên xếp loại giỏi là 52/176 chiếm 29.54%, tăng trưởng so với trước TN là 80.0%: loại khá là 69/176 chiếm tỷ lệ 39.20%, tăng trưởng so với trước TN 66.6%; loại trung bình 47/176 chiếm tỷ lệ 26.70%, giảm so với trước TN 76.9%; loại yếu 8/176 chiếm tỷ lệ 4.54%, giảm so với trước TN -116%.

Đối với sinh viên Nữ nhóm đối chứng: Kết quả học môn GDTC: Số sinh viên xếp loại giỏi 23/175 chiếm 13.29%, loại khá là 36/175 chiếm tỷ lệ 20.57%; loại trung bình 89/175 chiếm tỷ lệ 50.85%, loại yếu là 27/175 chiếm tỷ lệ 15.42%. Sau TN số sinh viên xếp loại giỏi là 33/175 chiếm 18.85%, tăng trưởng so với trước TN là 37.8%: loại khá là 48/175 chiếm tỷ lệ 27.42%, tăng trưởng so với trước TN 32.7%; loại trung

bình 79/175 chiếm tỷ lệ 45.14%, giảm so với trước TN 11%; loại yếu 15/175 chiếm tỷ lệ 8.57%, giảm so với trước TN 62.1%.

Đối với sinh viên Nam nhóm thực nghiệm: Kết quả học môn GDTC: Số sinh viên xếp loại giỏi 6/90 chiếm 6.66%, xếp loại khá là 9/90 chiếm tỷ lệ 10.0%; xếp loại trung bình là 56/90 chiếm tỷ lệ 62.22%; xếp loại yếu là 19/90 chiếm tỷ lệ 21.1%. Sau TN số sinh viên xếp loại giỏi là 21/90 chiếm 23.3%, tăng trưởng so với trước TN là 111.1%: loại khá là 33/90 chiếm tỷ lệ 36.66%, tăng trưởng so với trước TN 114.0%; loại trung bình 30/90 chiếm tỷ lệ 33.3%, giảm so với trước TN -62.0%; loại yếu 6/90 chiếm tỷ lệ 6.6%, giảm so với trước TN -100%.

Đối với sinh viên Nam nhóm đối chứng: Kết quả học môn GDTC: Số sinh viên xếp loại giỏi 6/90 chiếm 6.66%, xếp loại khá là 9/90 chiếm tỷ lệ 10.00%; xếp loại trung bình là 59/90 chiếm tỷ lệ 65.55%; xếp loại yếu là 16/90 chiếm tỷ lệ 17.77%. Sau TN số sinh viên xếp loại giỏi là 12/90 chiếm 13.33%, tăng trưởng so với trước



Sử dụng phương pháp trò chơi và thi đấu là biện pháp hiệu quả giúp nâng cao hứng thú học tập cho sinh viên cũng như giúp sinh viên phát huy tính sáng tạo, tinh thần đồng đội...

TN là 66.6%: loại khá là 15/90 chiếm tỷ lệ 16.66%, tăng trưởng so với trước TN 50.0%; loại trung bình 51/90 chiếm tỷ lệ 56.66%, giảm so với trước TN 11.7%; loại yếu 12/90 chiếm tỷ lệ 13.33%, giảm so với trước TN -50.0%.

Qua bảng 3. cho thấy: Sau thực nghiệm, kết quả kiểm tra của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng đã có sự khác biệt rõ ràng, thể hiện ở nhóm TN tốt hơn hẳn nhóm đối chứng. Ở kết quả học tập môn GDTC số học sinh đạt loại giỏi và khá của NTN đã tăng hơn hẳn so với NĐC. Điều này chứng tỏ các TCVD đề tài lựa chọn đã phát huy hiệu quả cao thông qua kết quả học tập môn học GDTC đối với sinh viên Trường Đại học Luật Hà Nội

KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 10 trò chơi vận động nhằm nâng cao hiệu quả học tập môn GDTC cho sinh viên năm thứ nhất trường Đại học Luật Hà Nội.

- Kết quả thực nghiệm cho thấy, các trò chơi vận động được lựa chọn đã góp phần nâng cao kết quả học tập môn GDTC cho sinh viên ở nhóm thực nghiệm sau 03 tháng ứng dụng, với độ tin cậy ($P < 0,05$). Nhịp tăng trưởng kết quả học tập môn học GDTC của sinh viên nhóm thực nghiệm tốt hơn hẳn nhóm đối chứng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2008). *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 về việc quy định đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên*. Hà Nội, Việt Nam.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2019). *Công văn số 3833/BGDĐT-GDTC ngày 23 tháng 8 năm 2019 về việc hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ giáo dục thể chất, thể thao và y tế trường học năm học 2019–2020*. Hà Nội, Việt Nam.
3. Đinh, V. L., & Đào, B. T. (2008). *Giáo trình trò chơi vận động (Sách dùng cho sinh viên đại học thể dục thể thao)*. Hà Nội, Việt Nam: Nhà xuất bản Thể dục Thể thao.
4. Hà, Đ. L. (2008). *Giáo trình trò chơi*. Hà Nội, Việt Nam: Nhà xuất bản Thể dục Thể thao.
5. Hoàng, V. T. (1999). *Trò chơi vận động và vui chơi giải trí*. Hà Nội, Việt Nam: Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Hà Nội.
6. Lê, T. (1997). *Tuyển tập những trò chơi hợp bạn*. Đà Nẵng, Việt Nam: Nhà xuất bản Đà Nẵng.
7. Nguyễn, T., & Phạm, D. T. (2006). *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*. Hà Nội, Việt Nam: Nhà xuất bản Thể dục Thể thao.